



## Persönliche Jahreszielplanung (4. Horizont)

am \_\_\_\_\_ in \_\_\_\_\_

Mein persönlicher Jahreszielplan, für den ich mir mindestens einen Tag Zeit nehme, setzt sich aus mehreren Teilen zusammen:

1. Ich lese meine persönliche Sinn-Vision und meine langfristigen Ziele: Lebe ich danach?

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Ich lese meine Periodenzielplanung: Welche Veränderungen haben sich ergeben? (Periodenzielplan abzeichnen und Veränderungen markieren)

---

---

---

---

---

---

---

---









## ZIELE | PERSÖNLICHE JAHRESZIELPLANUNG (4. HORIZONT) 5

**Freude:** Was will ich erleben? Welche Hobbies will ich pflegen oder anfangen?

Was tue ich für diese Ziele?


**Familie:** Was sind wichtige Ziele mit meiner Familie und meinen Kindern? Was wollen sie?

Was tue ich für diese Ziele?




**Freunde:** Was leiste ich für Freundschaften und mein soziales Netzwerk?

Was tue ich für diese Ziele?


**Fitness:** Welche Maßnahmen ergreife ich für meine Fitness? (Sport, Körpergewicht, Arztbesuche, Ruhe ...)

Was tue ich für diese Ziele?






<b>Fortbildung:</b> Was will ich lernen? Wie will ich mich weiterentwickeln?	Was tue ich für diese Ziele?

6. Welche Werte will ich im nächsten Jahr verstärkt leben? Ich übertrage je einen Wert in die Monatsplanung und widme mich in dem jeweiligen Monat diesem bestimmten Wert. Mein Ziel ist es, meine Werte auch wirklich zu leben. Wann und wie hole ich mir Feedback zu meinen Werten?

Wert	Monat
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	



